



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU PATLICAN DOLMASI

20 adet kuru patlıcan
2 adet soğan
1 su bardağı bulgur
3 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı salça
2 adet domates
1 su bardağı nohut
300 gram kıyma
Maydanoz, reyhan
1 çay bardağı sıvı yağ

Patlıcanları sıcak suyun içinde 5 dakika kaynatın. Rendelenmiş soğan, kıyma ve diğer tüm malzemeleri bir kabın içinde karıştırıp dolmanın içini hazırlayın. Haşlanmış nohudu da ilave edin ve kuru patlıcanların içlerine doldurun. Tencereye dizip üzerine 2 su bardağı su ve 1 çay bardağı sıvı yağı ekleyin. 40 dakika kadar pişirin. Sıcak olarak ikram edin.

